ÇON QISE BIKEYN?

چۆن قسە بکەین؟

HOW TO TALK?

BY ALI AHMED

چۆن قسە بکەین؟

(Çon Qise Bikeyn)

HOW TO TALK?

عەلی ئەحمەد

٢٠٢٣

چۆن قسه بکەین؟

- نووسەر: عەلی ئەحمەد
- نەخشەسازی بەرگ: عبدالله صالح
- بابەت: فەلسەفە و پەروەردەیی
- چاپ: یەکەم - ٢٠٢٣

چۆن قسە بکەین؟

عەلی ئەحمەد

٢٠٢٣

قسەکردن و گرینگییەکەی

قسـەکردن ئـامرازێکی سـەرەکی ژیانمانـە. — بـەڵام لـە ئێسـتادا قسەکردن بە بابەتێکی لاوەکی ناسراوە و وەک زانستێک گرینگی پێ نـادرێت. — قسـەکردن هـەر تـەنها کـاری پێ دەکـرێت بـەبێ سـەرنجدانی تـاک لەسـەر مانـا و شـێوازی بـەکار هێنـانی. — کـەواتا، لـێرەدا قسـەکردن پێویسـتە سـەرنجێکی ڕێکخـراوەیی بخرێتەوە سەر و شێوازەکانی بەکارهێنانی بزاندرێت.
ئـەم پەڕتووکـە یەکێکـە لـەو هەوڵانـەی کـە دەیـەوێت خوێنـەر ئاشـنای قسـەکردن و گوێگرتـنێکی چـاک و تەندرووسـت بکـات. چونکە لە ئێستادا ئەگەر سەرنجێک لە ژیانی خۆمان بدەین، ئـەوا دەبیـنین ئـەم کایـە گرینگـە بـە چـاکی و تەندرووسـتی بـەڕێوە ناچێت. — لەبەر ئەوە، پێویستە دووبارە هەڵوەستەیەکی لەسـەر بکەینەوە و هەوڵی چاکترکردنی بدەینەوە.
وە لــە کۆتاییــدا هیــوادارین توانیبێتمــان ئــەوەی مەبەســتمانە بیگەیەنین و خوێنەری کورد-زمان ئاشنای هونەری قسەکردن و ڕەهەندەکانی بکەین.

تاکە حیکمەتی ڕاستەقینە ئەوەیە کە بزانیت هیچ نازانیت.

- سوکڕات

پێشکەش

* فێرخوازانی بواری پەیوەندیکردن و دەربڕین.

* فێرخوازانی بواری زانستەکانی دیبلۆماسی و ڕەوانبێژی.

* وە چەندین بواری زانستی هاوشێوەی دیکە ...

* پێشکەشـــــــــە بـــــــــە هـــــــــەموو بازنـــــــــە مەعریفی،فەلسەفی،زانستی،عیرفانییەکانی کورد-زمان.

سوپاس و پێزانین

بۆ هەموو ئەوانەی لە چاپکردن و ڕێکخستنەوە و
پێشنیارەکانی ئەم کتێبەدا بەشدار بوون.

ناوەڕۆک

ناوەڕۆک

پێشەکی

لەوانەیـە تۆزێـک سـەیر بێت پـەڕتووکێک لـە ژێـر نـاوی "چۆن قسە بکەین؟" بکەوێتە بەردەم خوێنەرەوە ... خوێنەر وەک تاکێک لەوانەیە لە خۆی بپرسێت: "چی؟! ... پـەڕتووکێک لەسـەر قسـەکردن؟! ... بـۆ دیـارە ئێمـە نـازانین قسـە بکـەین؟! ... " وە بەڵێ، ڕەنگە ئەمـە کێشـە سـەرەکییەکە بێت ... لـە ڕاسـتیدا ئێمـە نـازانین قسـەکان دەربـبڕین. چونکـە گرینگیمـان بـە قسـەکردن نەداوە وەکوو ئامڕازێـک و کەرەسـتەیەک. بـەڵکوو تـەنها وەکـوو کردارێک ڕەچاومان کردووە بۆ بـەڕێکردنی "ئیشـەکان"ی ژیـانی ڕۆژانەمان ...

بـەڵام لـە ڕاسـتیدا بـە پێچەوانـەی ئـەوەی بـیری لێ دەکەینەوە، بەشێکی زۆری تاکـەکانی کۆمـەڵگا، — وە خۆشـمان وەکوو تاکێک لـەم کۆمەڵگایـەدا، نـاتوانین بـە ڕێـک و پێکی قسـە بکـەین و گـوێ بگـرین. ئەمـەش دەگەڕێتـەوە سـەر چەنـدین ئاستەنگ و هۆکار کە لەم پەڕتووکەدا تیشکییان دەخەینە سەر.

لـە ڕاسـتیدا ئێمـەی مـرۆڤ بـە تـەواوەتی گـوێگر و قسـەکاری بـاش نین. بەڵگەشـمان بـۆ ئـەم پرسـە ئەوەیـە لـە ڕابـردووەوە هـەتاوەکوو ئێسـتا بەشـێکی زۆری کێشـەکانمان لەسـەر قسـەکردن و لـە ئـەنجامی قسـەکردنی خـراپ و

ناتەندرووستەوە دەرکەوتوون.

لەبەر ئەوە، پێکەوە-لکاندنی پەڕتووکێکی لەم شێوەیە پێویست بوو. — لەم پەڕتووکەدا هەوڵ دەدەین قسەکردن و گوێگرتنێکی تەندرووست ئاشنای خوێنەر بکەین و سەرنج بخەینەوە سەر بنەما سادە و سەرەتاییەکانی قسەکردنەکانمان. لەبۆ ئەوەی لە هەموو کایەکانی ژیانماندا سوودی لێ وەربگرین و بەوپەڕی چاکی خۆیەوە بەکاری بهێنین.

عەلی ئەحمەد
٢٠٢٣

بەشی یەکەم : تێگەیشتنمان لە قسەکردن

قسەکردن چییە؟

لەبەرچی قسەکردن گرینگە؟

ئاستەنگەکانی بەردەم قسەکردنێکی چاک

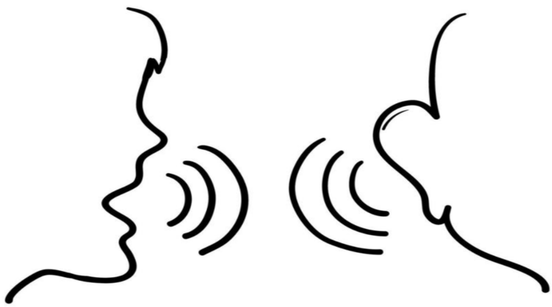
* ئاستەنگی پەروەردەیی
* ئاستەنگی زاڵبوونی زانستە سرووشتییەکان
* گرینگینەدانی تاک بە ساتەکانی ژیانی ڕۆژانە

کۆتا سەرنج لەسەر ئاستەنگەکان

پوختە و بەبیرهێنانەوەکان

قسەکردن چییە؟

لەبۆ ئەوەی لە هەر پرسێک و بابەتێک بە چاکی تێ بگەین، سەرەتا دەبێت بزانین ئاخۆ خودی بابەتەکە چییە. — کەواتا؛ ئایە قسەکردن چییە؟ ...



قسەکردن لە سادەترین پێناسەیدا، بریتییە لە دەربڕینی قسە/گوتە/زانیاری/زانین لە تاکێکەوە لەبۆ تاکێکی دیکە.

کەواتا؛ قسەکردن بریتییە لە گەیاندنی بیرکردنەوە و هەست و زانیاری تاکێک بە تاکێکی دیکە یان کۆمەڵێک تاکی دیکە.

ئەگەرچی قسەکردن لە زار و زمان و دەمەوە دەست پێ

دەکات. بەڵام دەبێت ئاگادار بین لەوەی مەرج نییە هەمیشە وا بێت. — وە بگـــــرە بەشـــــێکی زۆری قســـــەکردنەکانمان ناڕاستەوخۆیانە زمانی جەستە و ئەندامەکانی دیکەی جەستە بەکار دەهێنن.

لەبۆ نموونە:

کاتێک تاکێک بە بەکارهێنانی برۆکانییەوە دەیەوێت لە پرسێک ئاگادارمان بکاتەوە. یاخود کاتێک تاکێک تووڕەیە و وەڵامی تاکێکی دیکە ناداتەوە لە کۆبوونەوەیەکدا، ئەوا لێرەدا دەبینین ئەم بێدەنگبوونە جۆرێکە لە دەربڕین. کەواتا؛ مەرج نییە قسەکردن هەمیشە پەیوەندی بە ئەندامی دەم و زمانەوە هەبێت و زۆربەی کاتیش جەستەییە و ناڕاستەوخۆیە.

بە گشتی، قسەکردن ئامرازێکی گرینگی پەیوەندیکردنی ژیانی ڕۆژانەمانە. کە لە هەموو بوارێک و ساتێکدا پێویستە. ئەستەمە بتوانین ژیان بەبێ قسەکردن بەڕێ بکەین. — وە بەشێکی زۆری قسەکردنەکانمان لە ڕاستیدا لە ڕێگەی زمانی جەستەوەیە.

قسـەکردن بریتییـە لـە گەیانـدنی بیرکردنـەوە و هەسـت و زانیاری تاکێک بە تاکێکی دیکە.

لەبەرچی قسەکردن گرینگە؟

لــە بابــەتی پێشــوودا تیشــکمان خســتە ســەر چــەمکی قسەکردن و شیکردنەوەیەکی سادە و پتەومان لـەبۆی کـرد. — بـەڵام لـێرەدا پرسـیارەکە ئەمەیـە: ئـاخۆ لەبـەرچی قسـەکردن گرینگە؟ ... وە ئاخۆ لەبەرچی دەبێت گرینگ بێت و بـەهای لـەبۆ دابندرێت؟ ...

لە ڕاستیدا ئەوەی دەری دەبڕین بەهایـەکی مـەزنی هەیـە. چونکـە ئـەوەی دەری دەبـڕین ئامـاژە لـەبۆ پرسـێک دەکـات و بابـــەتێک دەورووژێـــنێت و دەیکـــات بـــە ڕاســـتی. وە ئـــەم وروژاندنەش ڕەنگە زۆرجار نەرێنی بێت و زۆرجاریش ئـەرێنی بێت.

لەبۆ نموونە:

گرینگی قسەکردن لەوەدایـە کـە تاکێک دەتـوانێت تـاکێکی بەرامبەری ئاگـادار بکاتـەوە سـەبارەت بـە پرسـێک و کێشـەیەک. لـێرەدا هـێزی قسـەکردن دەردەکـەوێت. چونکـە تـاکی بەرامبـەر هۆشیار نەبووە و ئەم دەربڕینە بە ئاگای هێناوەتەوە.

کارزان دەڵێت : ئارام ئاگاداریت دایکت نەخۆشە؟ ...

لـێرەدا کـارزان بـە هـۆی ئـامڕازی قسـەکردنەوە ئـارام

ئاگادار دەکاتەوە.

یاخود:

کارزان دەڵێت: ئارام تۆ زۆر ناشیرنیت!
- ئارام توورە دەبێت و نارەحەت دەبێت.
لێرەدا کارزان دۆخێکی نەرێنی بەبیر ئارام دەهێنێتەوە و دەیەوێت ئارام هەراسان بکات.

کەواتا؛ هەروەک دەبینین، قسەکردنەکانمان هێزی زۆریان تێدا هەیە سەبارەت بە دەربڕین و ویست و گۆڕانکاری لە ژیاندا. سەرنج بدەن لە قسەکردنێکی چاکدا چۆن کارەکان و دۆخەکان بەباشی دەڕۆن. — بەڵام لە قسەکردنێکی ناپەسەند و خراپدا هەستەکانمان بەرەو خراپی دەڕۆن. کەواتا؛ قسەکردن کلیلێکی سەرەکی ژیانە و ناکرێت بە بابەتەکی ئاسایی لە قەڵەمی بدەین.

ئێمە لە جیهانێکداین ئەستەمە بتوانین بەبێ قسەکردن و پەیوەندیکردن بە یەکدییەوە ژیان بکەین. کەواتا؛ قسەکردن کرۆکی ژیانمانە و ناتوانن خۆمان لێی دەرباز بکەین. وە لەبەر ئەوەشە گرینگە. چونکە ئەوەی دەیڵێین، دەبێت بە ڕاستەقینە.

ئەوەی دەیڵێین، دەبێت بە ڕاستەقینە.

ئاستەنگەکانی بەردەم قسەکردنێکی چاک

هەروەک باسمان کرد، قسەکردن پرسێکی گرینگە. وە دەبێت بایەخی پێ بدرێت و بە سەرنجەوە ڕەچاو بکرێت ...

بەڵام لە ژیاندا کۆمەڵێک بەربەست هەن وا دەکەن هیچ هەلێک لەبۆ قسەکردنێکی تەندرووست و چاک بەرپا نەبێت. ئەم بەربەستانە وا دەکەن مرۆڤایەتی دووچاری قسە و پەیوەندی نەرێنی ببێتەوە.

ئەگەرچی ئاستەنگەکان زۆرن، بەڵام لێرەدا هەوڵ دەدەین تیشک بخەینە سەر سەرەکیترینیان.



ئاستەنگی پەروەردەیی :

هەروەک دەزانین، بە گشتی لە جیهاندا و بەتایبەتی لە ڕۆژهەڵاتی ناوەڕاستدا، قسەکردن نەبووە بە پرسێکی سەرەکی و گرینگ. — وە هەمیشە وەکوو کەرەستەیەکی سادە ڕەچاو کراوە و هەر تەهنا لەبۆ کار-ڕاپەڕاندن و بەجێ گەیاندنی کۆمەڵێک فەرمان و ئەرکی ژیانی ڕۆژانە بەکار هاتووە.

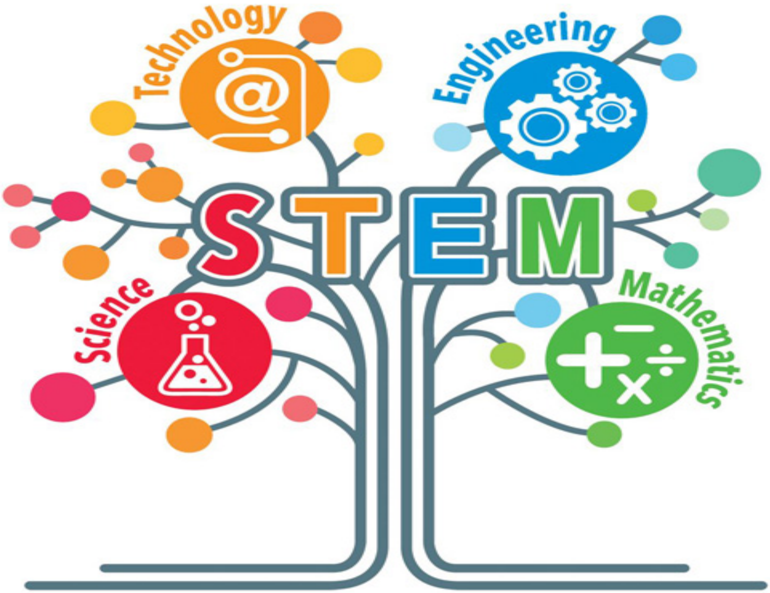
بەڵام وەکوو ئامڕازیکی گرینگی ژیان، ئەم کایەیە هەرگیز بە گرینگ ڕەچاو نەکراوە. — بەتایبەتتر وەکوو ئامڕازێکی پەروەردەیی گرینگی پێ نەدراوە. وە نەکراوە بە بابەتێک کە لەناو کایەکانی پەروەردەدا گرینگی پێ بدرێت.

کەواتا، پێویستە لە هەموو سێکتەر و دامەزراوە و شوێنێکدا، گرینگی بە قسەکردن بدرێت و وەک بابەتێک لە خوێندندا ڕەچاو بکرێت. چونکە هەر تەنها زانینی بابەتە زانستییەکان کامڵ نییە لەبۆ ژیانێک. — مرۆڤ پێک هاتووە لە ژیانی ئاسایی ڕۆژانەی. وە ژیانی ئاساییش ڕۆژانەش داوای ئەوەمان لێ دەکات لە قسەکردن چاک و پتەو بین. لەبۆ ئەوەی ئەم دۆخە دەستەبەر بکەین؛ دەبێت لە هەموو کەرتەکاندا گرینگی بەم بابەتە بدەین.

هـــەروەک دەبیـــنین زۆرجـــار تاکێـــک پـــڕە لـــە عیلم و مەعریفـــەتی زانســـتی، بـــەڵام لـــە قســـەکردندا زۆر خراپـــە. لـــێرەدا دەبینین زانست و ئـەخلاق یـان قسـەکردن، هیچ پەیوەندییان بـە یەکترییـەوە نییـە. — وە ئـەم تاکـە ئەوەنـدە سـەرنجی لەسـەر زانین/زانســـت بـــووە، ســـەرنجی لەســـەر هەڵســـوکەوتی لەگـــەڵ تاکەکانی دیکە نەبووە. لێرەدا ئەم تاکە ئەوەندە دووربین نـەبووە کە بزانێت هەڵسوکەوتی قسەکردن لە ڕاستیدا زانستێکە و دەبێت وەکوو هەر زانستێکی دیکە بە گرینگ ڕەچاو بکرێت.

لەبـەر ئـەوە، ئەگـەر بمانـەوێت بـە چـاکترین شـێواز تـاک پـەروەردە بکـەین، ئـەوا دەبێت گـرینگی بـە لایـەنی قسـەکردنیش بدەین. چونکە بەشـێکی زۆری ژیانمـان پابەنـدە بـە قسـەکردنەوە. — نـاکرێت هـەر تـەنها ڕەچـاوی زانسـتەکانی دیکـە بکـەین بـەبێ ڕەچاوکردنی ئامرازەکانی پەیوەندیکردن (وەکوو قسەکردن).

ئاستەنگی زاڵبوونی زانستە سرووشتییەکان :



لە ڕاستیدا، بە هۆی ئەو پێشکەوتنە بەرچاوەی مرۆڤایەتی لە پای ئابووریدا و کەڵەکەکردنی سوودەکانی، وای لێ هاتووە مرۆڤایەتی چیدیکە گرینگییەکی ئەوەندە بە بابەتە نا-ئابوورییەکان و پرسە نەرمەکان نادات. بەڵکوو سەرنجی زیاتر لەسەر بابەتە ڕەقەکان و زانستە سەرەکییەکانە. وەکوو: زانستی فیزیا و ئابووری و کیمیا و چەندین زانستی هاوجۆری دیکە. — بە تایبەتتر ئەو زانستانەی کە خزمەتێکی زیاتر بە کەرتی ئابووری وڵاتێک دەکەن.

ئەمەش لە ڕاستیدا ئاستەنگێکی گەورەیە لە گەشەکردنی هێزر و قسەکردنی مرۆڤدا. چونکە ئێمە بەبەردەوامی دەخوولێینەوە لەناو زانستە سرووشتییەکاندا و لەبۆ جارێکیش سەرنج نادەینەوە خۆمان و ژیانی ڕۆژانەمان. — وە هەروەها لەبیرمان دەچێت کە لەبۆ ئەوەی کەرتی ئابووری بە چاکی بڕوات؛ ئەوا بێ-شک دەبێت کەرتی قسەکردنەکانیشمان بە چاکی بڕۆن! ... ناکرێت بەبێ قسەکردنێکی چاک هیچ بوارێک پێش بکەوێت. چونکە قسەکردن پەیوەندیکردنە. وە لەبۆ ئەوەی هەر پارچە زانیارییەک بگەیەنین، تەنها لە ڕێگای پەیوەندییەوە (قسەکردن) دەبێت. — چونکە هێشتان تێلیپاسییەکەمان لەو ئاستە نییە! ... [Telepathy].

تاکێک لەوانەیە بڵێت:

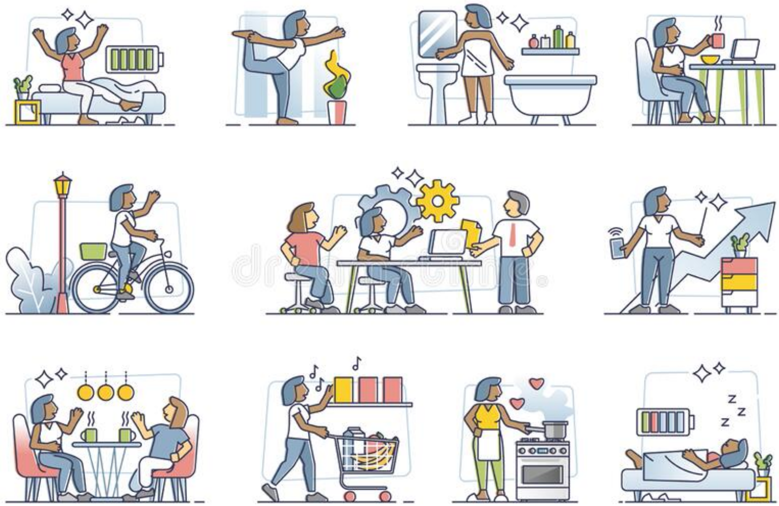
"ئاخۆ قسەکردن بۆ گرینگ بێت؟! ... چی بەرهەمێکی هەیە؟! ..."

لە ڕاستیدا ئەم تاکە ئاگامەند نییە بەوەی تەواوی زانستە ئەزموونییەکان لەسەر بنەمای پەیوەندیکردن و قسەکردن و گەیاندنەوە دامەزراون.

وە پێویستە لەناو زانستەکاندا بوارێک هەبێت بۆ زانستی

مرۆیی و بەتایبەتتر زانستی قسەکردن و گوێگرتن.

گرینگینەدانی تاک بە ساتەکانی ژیانی ڕۆژانە :



مرۆڤ ژیانی ڕۆژانەیەتی. — وە بەبەردەوامی لەناو ژیانی ڕۆژانەی خۆیدا دەژییێت و تێی ڕادەمێنێت. ڕەنگە ئەم هاتوچوون و جەنجاڵییە ببێتە هۆی لەبیرکردنی قسەکردنەکان و چرکەساتە هەستیارەکان. بە تایبەتی کاتێک تاکێک پەلە دەکات لە ژیانی ڕۆژانەیدا.

لەبۆ نموونە:

ڕەنگە خاوەن کارێک لەبەر پەلەپەلی کارەکەی، ئاگای لە قسەکردنی نەبێت و هەر هەوڵ بدات تەنها پرس و دۆخەکان بەڕێ بکات. — پاشان کەسێک دێتە لای خاوەن کارەکە و لە ئانوساتێک خاوەن کارەکە تووڕە دەبێت و پاشانیش کەسەکەش تووڕە دەبێت. ئەم کێشمەکێشمە هەموو بە هۆی پەیوەندییەکی ناڕێک و نەرێنییەوە بەرپا بوو. — وە ئەگەر خاوەن کارەکە گرینگی بە ساتەکان و دۆخەکان بدایە، ئەوا ڕەنگە ئەم کێشەیە ڕووی نەدابوایە ... — لە هەمان کاتیشدا ئەگەر کەسەکە پەلەی نەکردبا لە وەڵامدانەوەی تووڕەیی خاوەن کارەکە، ئەوا ڕەنگە بە هەمان شێوە ئەم کێشەیە ڕووی نەدابوایە.

لەبەر ئەوە، پێویستە لە ژیانماندا هەرگیز هەوڵ نەدەین هەر تەنها پرس و دۆخەکان بەڕێ بکەین و تاکەکان بەڕێ بکەین. بەڵکوو دەبێت هەر چوارچێوەیەکی قسەکردن بە هەند بزانین و ڕێزی لێ بگیرێت.

هەر کاتێک دوو تاک ڕووبەڕووی یەکتری دەبنەوە لە قسەکردندا، ئەوان لە دۆخێکی هەستیاردان. وە دەکرێت ئەم دۆخە بەرەو خراپی و ناڕێکی بڕوات. کەواتا لەسەر هەر دوو تاک پێویستە ڕێز لە دۆخەکە بگرن و بە گرینگی بزانن. نەک هەر تەنها بڵێن " ئەوە تەنها قسەیەکە و تەواو، پاشان دەڕۆینەوە ماڵەوە! ... "

هەموو قسەیەک زیاد و کەم کاریگەریی خۆی هەیە.

کۆتا سەرنج لەسەر ئاستەنگەکان

ئاستەنگەکان بە گشتی لەژێر دەستی تاکەکانی ناو کۆمەڵگایەکدان و ئێمە وەک تاک بەرپرسیارین لەم ئاستەنگانە و لە هەڵەکانیشمان.

کەواتا؛ پێویستە هەموو تاکێک دووبارە خوێندنەوەیەک لەبۆ شێوازی ڕەفتارکردن و قسەکردنی بکاتەوە. — ئەگەرچی سەختیش بێت. چونکە سرووشتی مرۆڤ وایە کە هەمیشە ڕقی لە خۆ-هەڵسەنگاندنە ...

وە ئاسانترە تاکەکانی دیکە تۆمەتبار بکەین بەڵام کارە درووست و زەحمەتەکە ئەوەیە کە دەبێت خۆمان هەڵبسەنگێنینەوە و لە خۆمانەوە دەست پێ بکەین وەکوو تاکێک کە بەرپرسیارین لە ژیاندا.

پێویستە لە هەموو سێکتەر و دامەزراوە و شوێنێکدا، گرینگی بە قسەکردن بدرێت.

پوختە و بەبیرهێنانەوەکان

قسەکردن چییە؟

قسـەکردن ئاماژەیـە بـۆ کـردەی گواسـتنەوەی زانیـاری، هەسـت یـان بیرکردنـەوە لـە تاکێکـەوە بـۆ تـاکێکی دیکـە. — لـە کاتێکدا قسـەکردن بـە شـێوەیەکی گشـتی پەیوەنـدی بـە دەمـەوە هەیـە، بـەڵام گرنگـە ئامـاژە بـەوە بکـەین کـە قسـەکردن دەتـوانێت ئەندامـــەکانی دیکـــەی جەســـتە و ئامـــاژە نـــا-زارەکییـــەکانیش بگرێتەوە، وەکوو: زمانی جەستە.

لەبەرچی قسەکردن گرینگە؟

ناوەڕۆکی قسەکانمان بەهایـەکی زۆری هەیـە بـەو پێیـەی سرووشتی قسەکردن تیشک دەخاتـە سـەر بابەتگـەلێکی پێویسـت و گرینگ. کە هەم لە دۆخی نەرێنی و هەمیش لـە دۆخی ئەرێنیـدا دەتواندرێت دەرببڕدرێن.

ئاستەنگەکانی بەردەم قسەکردنێکی چاک؟ ...

ئاستەنگی پەروەردەیی و ئاسـتەنگی دانـانی زانسـتێک بـە گرینگـتر لـە زانسـتێکی دیکـە، وای کـردووە ئـەم بابەتـە ئەوەنـدە بایـەخی پێ نـەدرێت لـە جیهانـدا. وە هـەروەها گـرینگی نـەدانی تاکــەکان بــە قســەکردنەکانیان و هــەر تــەنها بــەڕێکردنی، وای کردووە پەیوەندییەکانمان دەرەزیان تێ بکەوێت.

مەرج نییە هەموو قسەکردنێک لە ڕێگای دەمەوە بێت.

بەشی دووەم: چۆن قسە بکەین؟

ڕووکاری قسەکردن

ڕوونبوون لە قسەکردندا

وشە و دەنگی گونجاو لە قسەکردندا

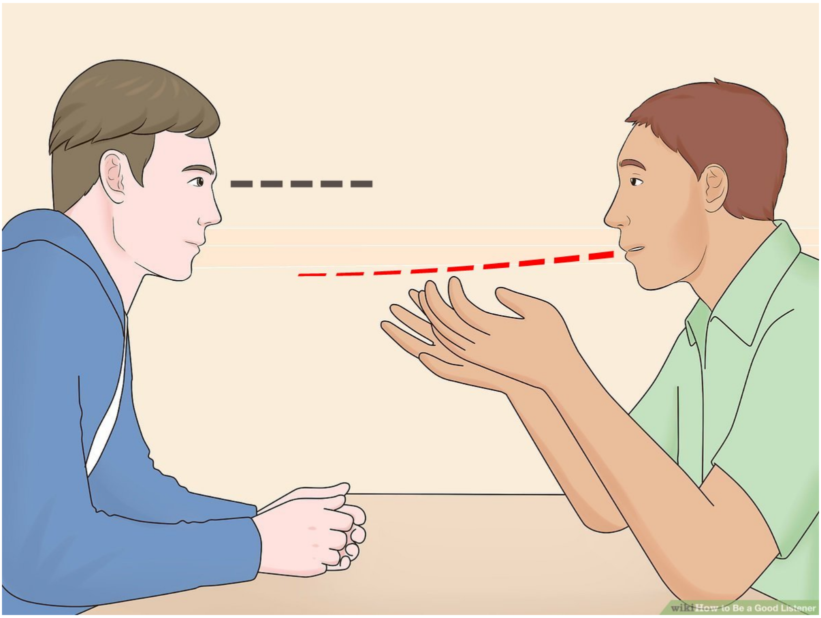
* وشەی گونجاو
* دەنگ و تۆنی گونجاو

زمانی جەستە لە قسەکردندا

پوختە و بەبیرهێنانەوەکان

ڕووکاری قسەکردن

لەبۆ ئەوەی بزانین چۆن قسە بکەین، ئەوا دەبێت بزانین خودی قسەکردن لە چی پێک هاتووە و چییە؟ ... — ئەگەر لە سادەترین شێوەی قسەکردنەوە دەست پێ بکەین، ئەوا دەبینین پێک هاتووە لە کۆمەڵێک ئامرازی بچووکی سەرەکی:



- **ویست**
- **سەرنج**
- **بیرۆکە**

لەبۆ نموونە:

لێرەدا کارزان قسە دەکات و بیرۆکەیەک دەگەیەنێت.
وە کاروان سەرنجی لەسەر قسەکانی کارزانە.
سەرنجی کاروان هەم لە ڕێگای چاوەوەیە و هەمیش لە ڕێگەی گوێچکەکانەوە.
وە هەروەها کارزان ویستێکی هەیە و ئەم ویستەشی لە ڕێگەی قسەکردنەوە دەردەبڕێت.

لێرەدا دەبینین لە ڕاستیدا ڕووکاری قسەکردن زۆر سادەترە لەوەی بیری لێ دەکەینەوە. هەڵبەتە هۆکاری سادەنەبوون و ناڕوونی ڕووکاری قسەکردنەکانمان پابەندە بەوەی کە زۆربەی کات ناڕوونین سەبارەت بە ویستەکانمان و ئەوەی کە دەمانەوێت. — لەبەر ئەوە، دەکەوینە ناو قەلەقییەوە و زۆرجار ئەوە ناڵێین کە دەمانەوێت.

لە ڕاستیدا، بۆیە سەرنجمان بەخشی بە ڕووکاری قسەکردن لەم بابەتەماندا، چونکە دەمانەوێت قەلەقی لە قسەکردندا نەهێڵین بە هۆی سادەکردنەوەی ڕووکاری قسەکردن لەبۆ چەند ئامراز و کەرەستەیەکی سەرەکی.

قسەکردن تشتێکی سادەیە و ئاڵۆز نییە. تەنها بریتییە لە دەربڕینی ئەوەی کە دەتەوێت. وە ڕەچاوکردنی بەرامبەریش. بۆ ئەوەی بزانین ئاخۆ قسەکانمان زیان بە بەرامبەرمان دەگەیەنن یاخود نەخێر، پێویستە چەند ئەگەرێک هەڵبسەنگێنین و بیریان لێ بکەینەوە. — وە لە کۆتاییدا دەگەین بەو ئەنجامەی کە ئایە ئەو قسەمان شیاوی دەربڕینی هەیە یاخود نەخێر.

ئەگەرچی بە شێوازێکی سادە ئەم پرسەمان شی کردەوە، بەڵام ڕووکاری قسەکردنەکانمان لە ڕاستیدا چەندین تایبەتمەندی و خەسڵەت لە خۆ دەگرن. چونکە ئەوان ئاڵۆزن و بە پێی کات و شوێن دەگۆڕێن. — کاتێک تاکێک گوتەیەک دەردەبڕێت، دەبێت ڕەچاوی شوێن و تاکی بەرامبەری بکات. وە هەروەها دەبێت ئاگادار بێت کە چۆن زمانی جەستەی بەکار دەهێنێت.

ئەگەر تاکێک لە کاتی قسەکردندا دەستەکانی بە شێوازێکی نەرێنی بەکار بهێنێت و دڕندانە بێت، ئەوا لەبۆ تاکی بەرامبەریش دۆخێکی نەرێنی بەرجەستە دەبێت و قسەکردن و پەیوەندییەکی تەندرووست بوونیاد ناندرێت.

لەبەر ئەوە، هەمیشە وا چاکترە سەرنجمان لەسەر بەرامبەرمان بێت و نامۆ نەبین لەناو دۆخەکان. وە دووربین بین لە دەربڕینی گوتەکانمان و بیریش لە داهاتووی گوتەکە بکەینەوە.

ڕووکاری قسەکردن پێک هاتووە لە : ویست، سەرنج، بیرۆکە.

ڕوونبوون لە قسەکردندا

پێش هەموو شتێک لە کاتی هەر قسەکردن و دەربڕینێکدا، پێویستە تاکێک بە تەواوەتی بزانێت کە لەبەرچی دەیکات و لەبەرچی دەیڵێت. چونکە ئامانج سەرەکیترین باسە لە کاتی دەربڕیندا.



بە پێچەوانەی ئەوەی دەیزانین، ئامانج لە قسەکردندا زۆر گرینگە. چونکە قسەکردنێک بەبێ ئامانج و لەخۆڕایی، تاکەکان دووچاری گەنگەشە و قەلەقی دەکاتەوە.

چونکە قسەکردنێکی لەناکاو و نا-ئاگامەندانە، ڕەنگە تاکەکانی دەورووبەرمان دووچاری زیان و ناخۆشی بکاتەوە. وە ئێمە دەمانەوێت لە قسەکردنەکانماندا ڕوون بین. چونکە ناڕوونی دەرگایەکە لەبۆ چوونە ناو بەشێکی زۆر لە کێشە کۆمەڵایەتی و مرۆییەکانی سەردەم.

لەبەر ئەوە، پێویستە لە هەموو قسەکردنێک و دەربڕینێکدا، ڕوون ببین لەسەر ئەوەی چیمان دەوێت و سەرنجمان لەسەر چییە. تەنانەت ئەگەر لە هەندێک حاڵەتیشدا نەرێنی و توندیش دەربکەوێت. — بەڵام دەبێت ئەوە بڵێین کە ڕوونە.

لەبۆ نموونە :

کارزان دەڵێتە کاروان : وەرە با بڕۆین.
کاروان: ئاخر بۆ کوێ؟ ...
کارزان : تۆ بەس وەرە و تەواو ...

لێرەدا دەبینین دەربڕینێکی تەمومژاوی و ناڕوون بەرجەستەیە. کە ئەمە دەرخەری ئەوەیە ئەم جۆرە قسەکردنە نەرێنییە و باش نییە. چونکە ناڕوونی خاڵێکی نەرێنییە لە قسەکردندا.

ڕوونی لـه قسـەکردندا خـاڵێکی بنچینەییـە. — زۆربـەی کات تاکەکان ناڕوونن لـە قسـەکردندا چونکـه دەزانن ئەگـەر بـە ڕاسـتگۆیانە قسـەکە بکـەن ڕەنگـە دووچـاری کێشـە ببنـەوە. — لێرەدا بە پێی دۆخەکە پێویستە ئەوە ئەنجام بدرێت کە چاکە و درووستە.

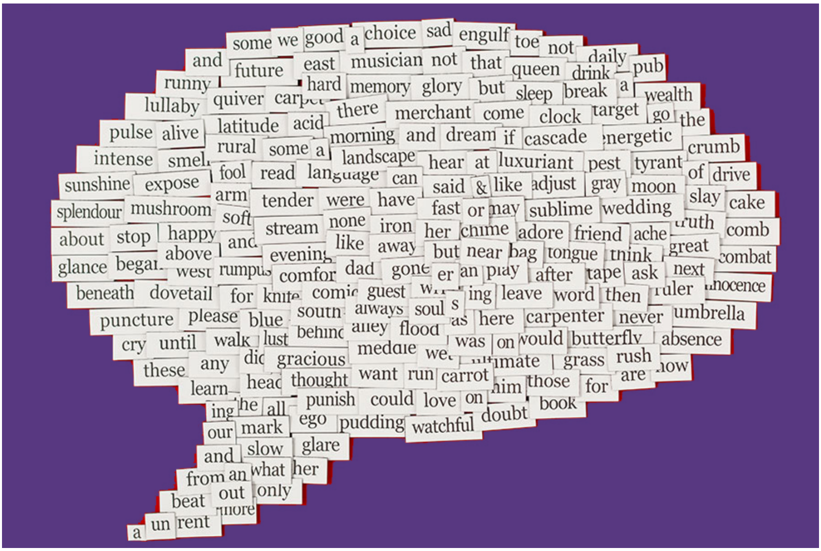
ڕاسـتی دەربـڕین جیـاوازە لەگـەڵ قسـەکردن بـە ڕوونی. مـەرج نییـە هـەموو دەربڕیـنێکی ڕاسـتیش، ڕوون بێت. بـەڵام مەرجە هەموو دەربڕینێک ڕوون بێت.

قسەکردنێک بەبێ ئامانج و لەخۆڕایی، تاکەکان دووچاری گەنگەشە و قەلەقی دەکات.

وشە و دەنگی گونجاو لە قسەکردندا

گرینگە لە کاتی قسەکردندا بزانین ئاخۆ چی وشەیەک و چی دەنگێک بەکار دەهێنین. چونکە وشەکان و دەنگەکان کاریگەریی لەسەر ئەنجام و پێش–ئەنجامی قسەکانمان درووست دەکەن. ڕەنگە زۆرجار وشە و دەنگێکی گونجاو کێشەیەک چارەسەر بکات. وە بە پێچەوانەشەوە دەکرێت وشە و دەنگی نەگونجاو کێشەیەک ئاڵۆزتر بکات.

وشەی گونجاو :



بـــەکارهێنانی وشـــەکان و جۆرەکانیـــان لـــەناو ژیـــانی ڕۆژانـــەمان جێگـــای ســـەرنجن. چونکـــە هـــەر وشـــە و ڕســـتەیەک کاریگەریی تایبەت بە خۆی هەیە.

هەنـدێک وشــە هــەن پێویســتە کــەمتر بــەکاریان بهێـنین. چونکە نەرێنین و زیان-بەخشن.

لەبۆ نموونە :

مەڵێ : نایکەم
بڵێ : ببورە، کاتم نییە.
مەڵێ : هەر وا دەبێت
بڵێ : دەکرێت باشتر بێت.
مەڵێ : تۆ خراپیت.
بڵێ : دەکرێت باشتر بیت لە ئێستا.
مەڵێ : تاقەتم نییە.
بڵێ : ماندووم.

هەروەک دەبینین، پێویستە لە ژیـانی ڕۆژانەمانـدا وشــە و ڕســـتەی نـــەرێنی نەبەخشـــینەوە. چونکـــە کاریگـــەریی نـــەرێنی دەســـتەبەر دەکـــەن و کاریگـــەریی نـــەرێنیش ژیـــانێکی نـــەرێنی دەرەخسێنێت لەبۆ هەموو تاکێک.

وە ئەوەی دەیڵێین دەبێت بە ڕاستی و کاریگەریی لەسەر تاکەکانی دەوروبەریشمان دەبێت. — لەبەر ئەوە:

هەمیشە لە قسەکردنەکانتدا هەوڵ بدە وێنەدانەوەیەکی ئەرێنی بەرامبەر بە دۆخی ژیان و سرووشتی مرۆڤ ببەخشیت. چونکە هەروەک دەزانین، جیهان لە ئێستادا لە بەرزترین ڕێژەی خەمۆکی و ژاندایە. وە پێویستە قسەکردنەکانمان وا نەبن و جیاوازتر بن.

دەنگ و تۆنی گونجاو :



ئەگەر ئاگادار نەبین، ئاستی بەرزی و نزمی دەنگمان بەتەواوەتی دۆخی قسەکردنێک لە ئەرێنییەوە دەگۆڕێت بۆ نەرێنی.

لەبۆ نموونە:

ئەگەر بە دەنگێکی هێمنەوە بڵێین: محمد وەرە. — ئەوا زۆر ئاساییە.
بەڵام ئەی ئەگەر بە توندی و بە دەنگی بەرز بێت؟ ...
— لێرەدا دەبینین هەمان قسە واتایەکی جیاواز دەدات.

لێرەدا دەبینین کە چۆن دەربڕینێک بە هەمان مانا دەکرێت بە هۆی خراپ بەکارهێنانی ئامڕازی دەنگ و تۆنەوە ماناکەی بگۆڕێت.

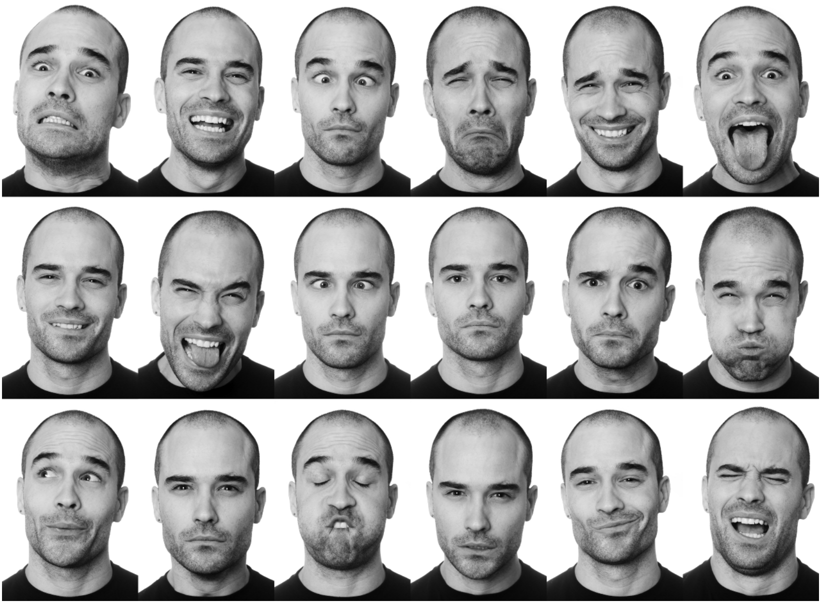
کەواتا، پێویستە ئاگاداری بەرزی و نزمی دەنگمان بین و سەرنجمان لەسەری بێت.

هەمیشە لە قسەکردنەکانتدا هەوڵ بدە وێنەدانەوەیەکی ئەرێنی بەرامبەر بە دۆخی ژیان و سرووشتی مرۆڤ ببەخشیت.

زمانی جەستە لە قسەکردندا

هەروەک لە بابەتی بەشی یەکەمدا ئاماژەمان پێ دا، قسەکردن هەر بە تەنها بەکارهێنانی ئەندامی دەم و شەویلاک نییە. بەڵکوو لە ڕاستیدا زمانی جەستەش بەشدارە لە قسەکردندا.

شێوازی قسەکردنمان پەیوەندییەکی توندی بە زمانی جەستەمانەوە هەیە. — زمانی جەستە دەتوانێت چەندین گوتە دەرببڕێت لە پای قسەکردندا. وە زۆربەی کات، ئەوەندە جەستە قسە دەکات، دەم قسە ناکات.



زمانی جەستە پێمان دەڵێت ئاخۆ تاکێک لە چی دۆخێکی هەستەکیدا بوونی بەرجەستەیە. تاکی غەمبار بە زمانی جەستەی دەردەکەوێت کە غەمبارە، وە هەستەکانی دیکەش بە هەمان شێوە. — دڵخۆشی، بێزاری ...

هەر کاتێک گوتەیەک دەردەبڕین پێویستە ئاگاداری زمانی جەستەمان بین و بەرامبەرەکەمان هەراسان نەکەین. چونکە ئەگەرچی قسەکردنیشمان باش بێت، بەڵام زمانی جەستەمان بێ-ڕێزی بنوێنێت ئەوا قسەکردنەکەشمان بەتاڵ دەبێتەوە لەگەڵیدا.

لە قسەکردندا هەرگیز هێمای جیاواز و نەخوازراو بە هۆی بەکارهێنانی زمانی جەستەتەوە دەرمەبڕە. — چونکە ئەم کردارە بە تاکی بەرامبەر دەڵێت: من هیچ ڕێزێکم لەبۆ بوونەکەت نییە.

کەواتا، وا پێویستە جەستەمان بە شێوازێک بەکار بهێنین نەبێتە جێگەی ناڕەحەتی و بێزاربوونی تاکەکانی دیکەی کۆمەڵگامان.

زمانی جەستە پێمان دەڵێت ئاخۆ تاکێک لە چی دۆخێکی هەستەکیدا بوونی بەرجەستەیە.

پوختە و بەبیرهێنانەوەکان

ڕووکاری قسەکردن

ڕووکار و پێکهاتەی قسەکردن بریتییە لە:

ویست.

سەرنج.

بیرۆکە.

تاکێک بۆ ئەوەی بە چاکی قسە بکات پێویستە ئاگاداری سەرنج و ویستی بێت و ئەوە بڵێت کە دەیەوێت.

ڕوونبوون لە قسەکردندا

ڕوونبوون ئامانج و بنەمای سەرەکییە لە هەر قسەکردنێکدا. ناڕوونی تاک و کۆمەڵگا تووشی کێشە و قەلەقی دەکات.

وشە و دەنگی گونجاو لە قسەکردندا

وشەکان بە گوێرەی قسەکان بەکار دەهێندرێن و دەنگی گونجاویش لەبۆ قسەی مەبەست پێویستە.

زمانی جەستە لە قسەکردندا

پێویستە لە کاتی قسەکردندا گرینگی بە زمانی جەستەمان بدەین و بە جەستە و هێماکانمان تاکی بەرامبەر هەراسان نەکەین.

پێویستە لە کاتی قسەکردندا گرینگی بە زمانی جەستەمان بدەین.

بەشی سێیەم: قسەکردنی تەندرووست و ناتەندرووست

نموونەیەک لە قسەکردنی تەندرووست

نموونەیەک لە قسەکردنی ناتەندرووست

* هەڵە لە گشتگیریکردن
* هەڵە لە قسەبڕین
* بێدەنگی و قسەکردن وەکوو ئامڕازی ئازاردان

پوختە و بەبیرهێنانەوەکان

نموونەیەک لە قسەکردنی تەندرووست

پێکهاتــــەی قســــەکردنێکی تەندرووســــت بریتییــــە لــــە دابینکـردنی کەشـێکی چـاک و لـەبار لـەبۆ قسـەکردن. ئەمـەش دەکرێت بە چەندین ڕێگا ئەنجام بدرێت.

یـەکێک لـەو ڕێگایانـە، بریتییـە لـە ئـارامبوون لـە کـاتی قسەکردندا. تـاک لـێرەدا پەلـە ناکات و ئارامـە لـە قسـەکردنەکەی. وە سـەرنجی تـەواوەتی لەسـەر بەرامبەرەکەیـەتی. نـەوەکوو هـەر تەنها قسەکانی دەرببڕێت.

گرینگـە وەکـوو تاکێـک هەمیشـە کەشـێکی ئـارام و لـەبار لــەبۆ تاکــەکانی بەرامبــەرمان دابین بکــەین. چونکــە قســەکردن پێویســتی بــە کەشــێکی ئــارام هەیــە. — لــە ڕاســتیدا هــەموو پەیوەنـدیکردنێک و دەربڕینێـک پێویسـتی بـە کەشـێکی ئـارام و دوور لە هەر کردەیەکی نەخوازراو هەیە.

پێویستە لە کاتی ئاخاوتندا هەرگیز قسە بە گشتی نەکەین و (تـەڕ و هیشـک) پێکـەوە نەسـووتێنین. — چونکـە دەبێتـە هـۆی بڵاوکردنەوەی وێنەیەکی نەرێنی بەرامبەر بە ژیان.

وە هــەروەها قســەکردنی تەندرووســت پێویســتی بــە

نەپچڕانـدنی قســەکردنی تاکـەکانی دیکـە هەیـە. دەبێت لـە کـاتی قسەکردندا ڕێگە بە تاکەکانی بەرامبـەرمان بدەین قســەی خۆیـان بکـەن و لــە ســووڕی قســەکردنەکە بــەردەوام بن. — ئەگــەرنا ڕەنگە کێشە و ناڕوونی لە قسەکردنەکەدا دروست بێت.

وە لــە قســەکردندا دەبێت هەمیشــە وا دابنــێین کــە هیچ نازانین لە باسەکە و تاکی بەرامبەر شارەزایە. لە هـەموو باسـێک و کۆبوونەوەیەکـدا گـوێ بگـرە هــەتاوەکوو کۆتــایی. — لــەبۆ ئەوەی بە تەواوەتی لە بابەتە تێ بگەیت و پاشان بیروڕای خـۆت دابڕێژیتەوە لەسەر زانیاری دروست.

پێویســتە لـە کـاتی قســەکردندا هەمیشــە لەســەر بابــەت (مـەوزوع) بـڕۆین و هــەوڵ نـەدەین پرس و بابەتـەکان بـە لاڕێدا ببەین.

بەڵام ئەگەر تـاکی بەرامبـەریش ئـەم کردارانـەی جێبـەجێ نــەکرد ئــەوا دەبێت هاوســۆز بین لەگەڵیــدا و لــە دۆخەکــەی تێ بگەین.

قسەکردنی تەندرووست پێویستی بە نەپچڕاندنی قسەکردنی تاکەکانی دیکە هەیە.

نموونەیەک لە قسەکردنی ناتەندرووست

بــە گشــتی هەنــدێک هەڵــە هــەن وا لــە تاکێــک دەکــەن دووچاری نارێکی لە قسەکردن ببێتەوە. وەکوو:

هەڵە لە گشتگیریکردن

لــە کــاتی قســەکردندا پێویســتە تــاک هــەرگیز گشــتگیری نەکات و (تەڕ و هیشک) بەیەکەوە نەسووتێنێت. زۆرجار لە کاتی تووڕەبووندا تاکێک گشتگیرییەک دەسەپێنێت بەسەر کۆمەڵە و دەستە-بژێرێکدا. ڕەنگە ئەم کۆمەڵەیە نەتەوەیەک یان ئایینێک یاخود هەر بەشێکی دیکە بێت. — باشتر وایە هەمیشە خۆمان لە ئەنجامگیری و گشتگیری ناپێویست بە دوور بگرین. چونکە ئەوان ناڕاستن و بەرپرسیش دەبن لە دەستەبەرکردنی دۆخێکی نەرێنی.

هەڵە لە قسەبڕین

بێشک ڕەنگە کۆبوونەوەیەک پڕ لە وزە بێت و تاکەکان نەتوانن خۆیان ڕابگرن. — بەڵام ئەمە هەڵەیە و هەمیشە دەبێت تــاک ئاگامەنــد بێت بــە نەپچڕانــدنی پەیوەندییــەکانی لــە کــاتی قسەکردن و دانیشتنەکاندا. هەرگیز نابێت قسەی ئەوانی دیکە

ببڕین.

بێدەنگی و قسەکردن وەکوو ئامڕازی ئازاردان

زۆرجار تاکێک بە بێدەنگییەکەی یاخود بە قسەکانی دەیەوێت ئازاری تاکی بەرامبەر بدات. — ڕەنگە ئەمە لەبۆ ماوەیەکی کاتی چێژی پێ ببەخشێت و دڵنەوایی بکات. — بەڵام ئەگەر تاکێک دووربین بێت، دەبینێت کە ئەم وەڵامدانەوەیە چاک نییە و دۆخەکە ئاڵۆزتر دەکات. — کەواتا، نەیکەین باشترە.

ئەمەش مانای ئەوەیە لە زۆربەی حاڵەتە نەرێنییەکاندا باشتر وایە بێدەنگ بین. چونکە زۆربەی کات قسەکردنەکانمان دۆخەکە ئاڵۆزتر دەکەن.

لە کاتی قسەکردندا پێویستە تاک هەرگیز گشتگیری نەکات.

پوختە و بەبیرهێنانەوەکان

قسەکردنی تەندرووست

گفتوگۆیەکی تەندرووست هەمیشە هاوپەیوەندە بە هەبوونی ژینگەیەکی ئارام و ڕێگەدان بە تاکی بەرامبەر. وە نەپچڕاندنی پەیوەندی تاکەکانی دیکە.

قسەکردنی ناتەندرووست

گفتوگۆیە ناتەندرووستەکان پابەندن بەو هەڵە باوانەی کە تاکەکان ڕۆژانە ئەنجامی دەدەن. وەکوو: قسەبڕین و گشتگیریکردن و بەکارهێنانی بێدەنگی و قسە وەکوو چەکێک لە بەرامبەر یەکتری. — وا چاکە تاکەکانی کۆمەڵگا لەم هەڵانە دوور بکەونەوە و ئارامبوون و ڕێگەپێدان قبووڵ بکەن.

لە هەندێک حاڵەتیشدا دەبێت بزانین بێدەنگبوون چاکترە و دۆخەکە لە خراپی ناکات بە خراپتر. — بەڵام ڕەنگە قسەکردن دۆخەکە لە خراپی بەرەو خراپتر ببات.

گفتوگۆیـــەکی تەندرووســـت هەمیشـــە هاوپەیوەنـــدە بـــە هەبوونی ژینگەیەکی ئارام.

بەشی چوارەم: گوێگرتن و قسەکردن

گوێگرتن

چۆن گوێ بگرین؟

کەی قسە نەکەین؟

پوختە و بەبیرهێنانەوەکان

گوێگرتن

لە ڕاستیدا بە پێچەوانەی ئەوەی بیری لێ دەکەینەوە، گوێگرتن بەرپرسیاریەتێکی سەرەکییە لە کاتی قسەکردندا. بەتایبەتی کاتێک تاکێک قسەمان لەبۆ دەکات. — لەم دۆخەدا ئەگەر بە چاکی گوێ نەگرین ئەوا تەواوی دۆخەکە ناڕوون و ناپەسەند دەبێت. کەواتا؛ گوێگرتن لە ڕاستیدا لە پێش قسەکردنیشەوەیە.



ئەوە مەرج نییە و ناشێت لە هەموو کاتێک و لە هەموو جێگایەکدا قسە بکەین ... وە مەرج نییە هەموو کاتێک ڕا و بۆچوونی خۆمان هەبێت.

چونکە لە زۆربەی شوێن و کۆبوونەوەکاندا، وا چاکترە گوێ بگرین. چونکە ئەم گوێگرتنەمان زانیاری زیاترمان لەبۆ دەستەبەر دەکات و، هەمیش وامان لێ دەکات بە تەواوەتی ئاشنای کێشەیەک و دۆخێک ببین.

بەبێ گوێگرتن و ئەنجامدانی قسەکردنی لەخۆڕاییی، وا دەکەین تاکەکانی دیکە بە خۆپەرست و نەزان ڕەچاومان بکەن. — وە پاشانیش کۆبوونەوە و قسەکردنەکانیش دووچاری تێکچوون و هەڵاوسان دەبنەوە و کەس ئاگای لە کەس نابێت.

کەواتا؛ پێویستە لە هەموو کۆبوونەوە و پانتاییەکی دەربڕیندا. پێش هەموو شتێک گوێ بگرین. پاشان بە پێی پێویست وەڵاممان هەبێت. کە ڕەنگە زۆربەی کاتیش پێویست نەکات وەڵاممان هەبێت. — لەم کاتەدا بێدەنگبوون شایستەییە.

ڕەنگە زۆربەی کاتیش پێویست نەکات وەڵاممان هەبێت.

چۆن گوێ بگرین؟

گـوێگرتن ئـامڕازێکی پێویسـتی ژیانمانـه و لـه ڕاسـتیدا بەکارهێنانیشی ئەوەندە زەحمەت نییە. بـەڵام ئەگـەر بمانـەوێ بـە چاکی بەکاری بهێنین، ئـەم هەوڵـەمان پێویستی بە سـەبرگرتن و ئارامییەکی زۆر هەیـە. — چونکە زۆرجـار لـە کـاتی نـەگونجاودا دەمانەوێت قسە بکەین. لە کاتێکیشدا کە شیاوی قسەکردنی ئێمـە نییە.

لەبۆ ئەوەی باشتر گوێ بگـرین، دەبێت تـەواوی سـەرنج و هۆشـمان لەسـەر بەرامبەرەکـەمان بێت. نـەوەکوو سـەرنجمان لەسەر تشتی دیکە و دەورووبەرەکەی بێت.

گوێگری چاک ئەو کەسەیە هەمیشە بیروبـاوەڕی تایبـەتی خـۆی دەخاتـە دواوەی قسـەکردنەکانەوە. وە هەمیشـە هـەوڵ دەدات ڕا و بۆچوونـەی ئـەوانی دیکـە بـزانێت پێش خـۆی. — ئەگەرچی وەڵامەکەی خۆیشی ڕاست بێت.

بە گوێگرتنێکی پتەو، تەواوی زانیارییـەکان دەگـەن. بـەڵام بەبێ گوێگرتن، زانیارییەکان ناتوانن بگەیەندرێن.

دەبێت تەواوی سەرنج و هۆشمان لەسەر بەرامبەرەکەمان بێت.

کەی قسە نەکەین؟

لەوانەیە سەرە-بابەتێکی ئەوها کەمێک سەیر بێت. — ئایە کەی قسە بکەین و کەی نەیکەین؟ ... بەڵام شوێن و کات گرینگە لەبۆ دەربڕینی گوتەکانمان. وە پێویستە هەمیشە ئەو کاتە قسە بکەین کە پێویستە. وە ئەو کاتانەش قسە نەکەین کە ناپێویستە.

لە ڕاستیدا هەمیشە دوو بۆچوونی لێکدژ هەبوون لە پای ئەم پرسیارەدا.

یەکەم: هەمیشە ئەوە بڵێ کە لە دڵتدایە و ئەوە بڵێ کە ڕاستە.

دووەم: وا چاکترە هەمیشە بێدەنگ بیت، چونکە دوو گوێچکەمان پێ دراوە.

ئەگەرچی زۆربەی کات وا چاکترە تاک قسە نەکات، بەڵام — لێرەدا چاکترین هەڵبژاردە بریتییە لە خاڵی ناوەڕاست. ناوەڕاست-بوون کەمێک سەختە لە جیهانی خێرای ئێستادا، بەڵام پێویست و بەسوودیشە.

پێویستە نە ئەوەندە بێدەنگ بین ببێتە هۆی بێزاری و ماتەمینی، — وە نە ئەوەندە بە قسە بین ببێتە هۆی زیان و شلەژان.

زۆربەی کات وا چاکترە تاک قسە نەکات.

پوختە و بەبیرهێنانەوەکان

گوێگرتن

گــــوێگرتن بەرپرســـیاریەتێکی ســـــەرەکییە لـــــە کـــاتی قسەکردندا. و پێویستە بە هەندی بزانین

چۆن گوێ بگرین؟

دەبێت تـــــــەواوی ســــــــەرنج و هۆشـــــــمان لەســــــەر بەرامبەرەکـــەمان بێت و هـــەوڵ نـــەدەین هـــەر تـــەنها قســـــە و بیروباوەڕی تایبەتی خۆمان دەربڕین.
وا چـاکترە زۆربــەی کـات گـوێ بگـرین لـەبۆ ئـەوەی زانیاری زیاتر و ئاگامەندی زیاتر بەدەست بهێنین.

کەی قسە نەکەین؟

پێویسـتە تـەنها ئـەو کاتانـە قسـە بکـەین کـە دەشـێت. وە هـەوڵ بـدەین قسـە بـە پـێی پێویسـت بکـەین، نـەوەکوو بـە پـێی ویسـتمان. وە هـەروەها نـەک تـەنها قسـەکردن، بـەڵکوو دەبێت گوێگرتنیشمان بە پـێی پێویسـت بێت و میـانڕەو بین. — نـە زۆر بێدەنگ بین و نە زۆریش قسە بکەین.

پێویستە تەنها ئەو کاتە قسە بکەین کە دەشێت.

بەشی پێنجەم: بەبیرهێنانەوەکان و چارەسەرکارییەکان

لەبیرنەکردنی گرینگیی قسەکردن

چۆنیەتی چارەسەرکردنی قسەوقسەلۆکەکان

* هەوڵ بدە بێدەنگ بیت

* هەرگیز قسەوقسەلۆکی هیچ تاک و دەستەیەک بڵاو مەکەوە

* هەرگیز وا مەزانە تەنها تۆ ڕاستیت

کۆتا سەرنج

پوختە و بەبیرهێنانەوەکان

لەبیرنەکردنی گرینگی قسەکردن

هەمیشە ئاسانە لە سەرەتای هەر پەرەسەندنێک و خۆ-گۆڕانێکدا، بە جۆش و خرۆشەوە دەست پێ بکەین. — بەڵام ئەگەر وای دابنێین کە ڕەنگە بەردەوام بین لەسەر ئەم ڕیڕەوە نوێیە بۆ هەتاهەتایە، ئەوا لێرەدا کەمێک زەحمەت دەبێت. — سرووشتی مرۆڤ وایە کە بابەتەکان لەبیر دەکات و، هەمیشەش لەسەر یەک پەیڕەو (سیستەم) ناتوانێت کار بکات و بگونجێت. — لەبەر ئەوە؛ ئێرەدا بەبیرهاتنەوە و لەبیرنەکردن خاڵێکی گرینگ و پێویستە.

پێویستە لە هەموو جێگایەکدا ڕەچاوی قسەکانمان (زمانمان) بکەین. وە هەمیشە لە شوێنێکی نوێ و نەخوازراودا هەر هەمان هەڵە و گوتەکانی ڕابردوومان دووبارە نەکەینەوە. وە هەوڵ نەدەین هەر بە تەنها یەک جۆر لە قسەکردن لە هەموو کاتێکدا بەکار بهێنین.

دەشێت وەکوو تاک ئەوە لەبیر نەکەین کە دەکرێت بە قسەکانمان ئەوانی دیکە ئازار بدەین و ئەستەمیش نییە. کەواتا، لەبەر ئەوەی مرۆڤ بوونەوەرێکە بە قسەکردن دەکرێت تووشی ئازار بێت — وا باشترە نەیکەین و هەوڵ بدەین چرکەساتە هەستیارەکان بە باشترین شێواز تێپەڕ بکەین.

با بە قسەکانمان تاکەکان ئازار نەدەین.

چۆنیەتی چارەسەرکردنی قسەوقسەڵۆکەکان

بە گوێرەی ئامارە بەرچاوەکانی ژیانی ڕۆژانە و ئەزموونی تاکەکەسیمان؛ دەبینین بەشێکی زۆر لە گوتارەکانمان بریتین لە قسەوقسەڵۆک. — قسەوقسەڵۆک بریتییە لە دەربڕینی گوتەیەک کە سوودێکی مەعریفی و تەندرووستی نەبێت.

تاک لە ژیانی ڕۆژانەیدا دووچاری چەندین بازنەی لەم شێوەیە دەبێتەوە. لەبەر ئەوە، گرینگە تاکێک لە ژیانیدا هەوڵ بدات خۆی لەم بازنانە دەرباز بکات و؛ یاخود چارەسەرییان بکات.

لێرەدا هەوڵ دەدەین هەندێک خاڵ بورووژێنین سەبارەت بەم باسە:

هەوڵ بدە بێدەنگ بیت :

هەمیشە لە کاتی بەرپابوونی قسەوقسەڵۆکدا، هەوڵ بدە بێدەنگ بیت. چونکە بە قسەکردنی خۆت؛ ڕەنگە دۆخەکە ئاڵۆزتر ببێت. — لێرەدا بیروبۆچوونی تاکەکەسی گرینگ نییە و پێویستە سەرنجمان لەسەر دۆخەکە بێت.

هەرگیز قسەوقسەڵۆکی هیچ تاک و دەستەیەک بڵاو مەکەوە :

هەمیشە هەوڵ بدە قسەوقسەڵۆکەکان پەردەپۆش بکەیت و بیان شاریتەوە. داپۆشینی گوتە نەرێنییەکان هاوشێوەی قەڵغانێکە لە دژی هێزێکی خراپەکاردا.

هەرگیز وا مەزانە تەنها تۆ ڕاستیت :

هەرگیز خۆت بە ڕاستی-ڕەها دامەنێ و هەمیشەش بوار بهێڵەوە بۆ قسە و دەربڕینی ئەوانی دیکە. — چونکە مەرج نییە خۆت وەکوو تاکێک هەموو ئەوەت پێ بێت کە نایزانیت. یاخود مەرج نییە هەمیشە قسەکانی خۆت ڕاست بێت.

کۆتا سەرنج :

پێویستە هەمیشە بێدەنگتر بین لەوانەی کە باشتر و زیاتر دەزانن لە ئێمە. وە مەرج نییە هەمیشەش قسە بکەین. بەتایبەتتر دەبێت بێدەنگ بین لە ئاشکرابوون و بڵاوبوونەوەی گوتەی نەشیاو و ناڕاست.

قسەکردن لە خزمەتی چاکە و گەیاندنی زانینە نەوەکوو شەڕ و خراپە.

پوختە و بەبیرهێنانەوەکان

لەبیرنەکردنی گرینگیی قسەکردن :

هەموو بەرکەوتێک لەگەڵ تاکێکدا گرینگە و پێویستە ڕەچاوی هەموو قسەکانمان بکەین و بە گرینگیان لەقەڵەم بدەین.

چۆنیەتی چارەسەرکردنی قسەوقسەڵۆکەکان :

هەمیشە وا چاکترە بێدەنگ بین و هیچ قسەوقسەڵۆکێک نەگوازینەوە. — بێدەنگی هەمیشە چاکترە لە دەربڕینی گوتەیەکی خراپ. وە هەروەها بڵاو نەکردنەوەی قسەوقسەڵۆکیش چاکترە لە پێچەوانەکەی.

کۆتا بەبیرهێنانەوە :

پێویستە هەموومان وەکوو تاکێک بیر لە گرینگی پرسی قسەکردن بکەینەوە و هەرگیز وەکوو بابەتێکی هاکەزایی و ئاسایی دای نەنێین. — بەڕێکردنی کۆمەڵێک بابەتی گرینگ ناشایستە و ناپێویستە. — لەسەر ئەم پایەدا؛ دەبێت بەردەوام لە کۆبوونەوە و پەیوەندییە کۆمەڵایەتییەکاندا سەرنجمان لەسەر "زمان"مان بێت. — چونکە مێژوو دەری خستووە کە بەکارهێنانەکەی چەندە گرینگە لە دەستەبەرکردنی ژینگەیەکی ئەرێنی یاخود نەرێنیدا.

کۆتا بەبیرهێنانەوە : با ئاگاداری زمانمان بین.

دوا قسه

هــەر وەکــوو شــیمان کــردەوە، قســەکردن لــە ڕاســتیدا بابـەتێکی گـرینگی ژیـانی مرۆڤـە. وە بەداخـەوە کـە لـە کۆمـەڵگادا هیچ بایـەخێکی ئـەکادیمی و پـەروەردەیی پێ نـەدراوە. — ئـەم پەڕتووکـە وەکـوو وەڵامێکـە لـەبۆ ئـەو بێدەنگییـەی کـە لەسـەر هونـەری قسـەکردندا بـوونی هـەبوو لـەناو کۆمـەڵگادا. بەتاییـەتی لەناو کۆمەڵگای کوردیدا.

ئێمـە هەمیشـە گـرینگی بـە زانسـت-گـەلێک دەدەین کـە لـە خزمــەتی بەرزکردنــەوە و تــاودانی دۆخی ئابووریــدان. بــەڵام هەرگیز هەوڵ نادەین گرینگی بە خودی ئەو ئامڕازە بدەین کە تـا مردن لەگەڵمانە.

بۆیـە پێویسـتە وەک تـاک ڕەچـاوی گرینگیی ئـەم بابەتـە بکـەین و هــەوڵ بـدەین لـە گۆشـەنیگای جیـاوازەوە لـە پرسـی قسەکردن بڕوانین. چونکە قسـەکردن هـەر تـەنها قسـەکردن نییـە. بـەڵکوو جیهـانێکی قووڵـە کـە تیایـدا دەربڕینـەکان بـەدی دێن و هێڵەکانی پەیوەندیکردن خۆیان جێگیر دەکەن.

لە دوا جاردا ئەوەی دەمێنێتەوە بریتییە لـە لەبیرنـەکردنی گرینگی قسەکردن و ئاگاداربوونی چۆنیەتی بـەکارهێنانی. — کە لە ڕاستیدا زۆر سادەیە و ئاڵۆز نییە. هەر وەک ئاماژەمان پێ دا.

Çon Qise Bikeyn?

Ali Ahmed

2023

لەوانەیە تۆزێک سەیر بێت پەڕتووکێک لە ژێر ناوی "چۆن قسە بکەین؟" بکەوێتە بەردەم خوێنەرەوە ... خوێنەر وەک تاکێک لەوانەیە لە خۆی بپرسێت: "چی؟! ... پەڕتووکێک لەسەر قسەکردن؟! ... بۆ دیارە ئێمە نازانین قسە بکەین؟! ... " وە بەڵێ، ڕەنگە ئەمە کێشە سەرەکییەکە بێت ... لە ڕاستیدا ئێمە نازانین قسەکان دەرببڕین. چونکە گرینگیمان بە قسەکردن نەداوە وەکوو ئامرازێک و کەرەستەیەک. بەڵکوو تەنها وەکوو کردارێک ڕەچاومان کردووە بۆ بەڕێکردنی "ئیشەکان"ی ژیانی ڕۆژانەمان ...

